

Die Baderegeln

Gefahrenabwehr am und im Wasser

Zur Gefahrenabwehr am und im Wasser gibt es einige Regeln, die man als Schwimmer wie als Nichtschwimmer beachten sollte. Wir bringen unseren Jugendlichen diese Regeln im Training bei. So werden Unfälle vermieden und der Blick geschult für alle Gefahren am und im Wasser.



Kühle dich ab, bevor du ins Wasser gehst.



Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich.



Verlasse das Wasser sofort, wenn du frierst.



Bade nicht, wo Schiffe und Boote fahren.



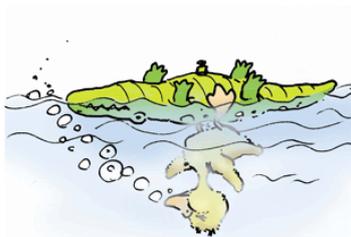
Gehe nur zum Baden, wenn du dich wohl fühlst.



Tauche andere nicht unter.



Gehe nur bis zum Bauch ins Wasser, wenn du nicht schwimmen kannst.



Luftmatratze, Autoschlauch oder Gummitiere bieten dir keine Sicherheit.



Halte das Wasser und seine Umgebung sauber, Abfälle wirf in den Mülleimer.



Gefährde niemanden durch deinen Sprung ins Wasser.



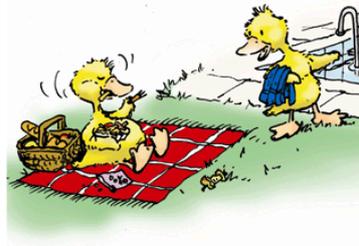
Überschätze deine Kraft und dein Können nicht.



Springe nur ins Wasser, wenn es tief genug und frei ist.



Rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen.



Gehe niemals mit ganz vollem oder ganz leerem Magen baden.